

ABSTRAK

Fauzul Azim (2017) : Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Bola Basket SMK Negeri 3 Kota Pariaman

Masalah dalam penelitian ini yaitu berawal dari belum diketahuinya kondisi fisik pemain bola basket SMK Negeri 3 Kota Pariaman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi fisik pemain bola basket SMK Negeri 3 Kota Pariaman, yang meliputi daya tahan aerobik, kecepatan, kelincahan, daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah Pemain SMK Negeri 3 Kota Pariaman yang berjumlah 21 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yang berjumlah 21 orang pemain. Untuk memperoleh data dayatahan aerobik dites dengan *bleeep test*, kecepatan di tes dengan lari 30 meter, kelincahan di tes dengan *shuttle run*, daya ledak otot tungkai dites dengan *vertical jump*, daya ledak otot lengan dites dengan *two hand medicine ball put* dan koordinasi mata-tangan dites dengan *ballwerfen und-fangen test*. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase

Hasil analisis menyatakan bahwa secara keseluruhan: 1) Dayatahan aerobik pemain berada pada klasifikasi cukup, 2) Kecepatan pemain termasuk pada klasifikasi sedang, 3) Kelincahan pemain termasuk pada klasifikasi sedang, 4) Daya ledak otot tungkai pemain termasuk pada klasifikasi sedang, 5) Daya ledak otot lengan pemain termasuk pada klasifikasi kurang, 6) Koordinasi mata-tangan pemain termasuk klasifikasi sedang.

Kata Kunci : Kondisi Fisik, Bola Basket